

ハートねっと日立市民の会は

## 精神疾患を持つ方 ご家族を支援しています。

ハートねっと日立市民の会は、1968年精神に障がいのある方の家族が中心となって障害者の社会参加の場を求め結成した団体です。そして私たちは心の病を持っている人やその家族が抱えている思いを共に分かち合いたくさんの人とつながることで笑顔を取り戻し元気になってくれることを願って活動しています。

誰もがお互いに人格と個性を尊重し支え合い認め合えるそんな「共生社会」を目指して歩んでまいります。



### 月例会

障がい者を抱えている家族が集まり、お互いの悩みや苦しみを分かち合うことで気持ちが楽になります。また、精神保健福祉医療に関する情報交換や、専門職の方を招いての勉強会なども行っています。

開催日：毎月第4金曜日  
13:30～15:30  
場所：日立保健所2階 小会議室

### サロン「ハートすまいる」

「ハートすまいる」は日立市社会福祉協議会の支援をいただいで運営をしており、障がいのある方や家族の方、また地域の方などどなたでも参加できます。

開催日：毎月第1・第3火曜日  
10:00～12:00  
場所：つどいの広場  
内容：健康体操・健康講座・工作など



### ピア相談

ご家族からの相談を当会家族会員が受け付けます。直接「つどいの広場」にお越しいただくか、お電話での相談、また事前にお電話いただければ個別相談も可能です。

受付日：月曜日～土曜日  
10:00～15:00  
場所：つどいの広場

### 当事者会

当事者の方だけの自由な時間  
(お悩み相談・音楽鑑賞・ゲームなど)

開催日：偶数月 第4日曜日 10:00～12:00  
場所：つどいの広場

### 会報発行


年4回会報「市民の会だより」発行  
事業報告や事業予定、その他知って欲しいことなどを掲載しています。

## 一人で悩みを 抱えていませんか？

- この頃 様子がおかしい・・・心の病気ではないかしら・・・
- お医者さんに診てもらいたいけど・・・
- 家族はどのように対処していけばいいのでしょうか？
- 最近 薬を飲まなくなってしまったのですが・・・ など

いろいろな悩みをお持ちの方がおいでかと思いますが、なかなか思うように行かないのがこの障がい（病気）です。精神障がい者やその家族はどうしても社会の偏見や差別を意識して社会から孤立しがちです。

そんな戸惑う人達のために役に立ちたいと考えています。同じ悩みを抱える者同士が出会い、語り合うことでどこかに必ず小さな“光”が見えてくるはずです。私たちはいろいろなお悩みをお持ちの方達のお役に立ちたいと考えています。

 **0294-38-2555**

お問い合わせ

 **ハートねっと日立市民の会**  
(つどいの広場)

〒316-0003  
茨城県日立市多賀町 1-3-8



## つどいの広場

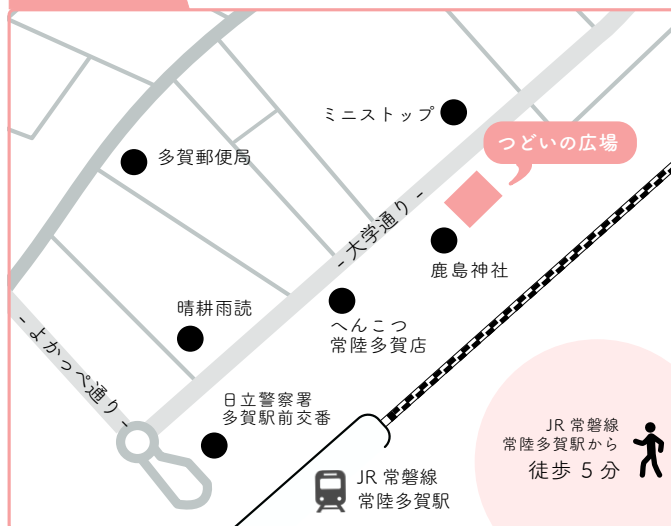
「つどいの広場」はハートねっと日立市民の会の事務所 兼居場所、相談窓口となっており、どなたでも利用することができます。また事務所内では福祉作業所で製作した品物や市民の方からの寄付品をお得な値段で販売しています。

開所日：月曜日～土曜日（日・祝日を除く）  
10:00～15:00

※都合でお休みする場合があります。  
詳細はHPをご確認ください。



## 地図



# ハートねっと 日立市民の会

ご案内